

# YOGA & ストレッチ 教室



★教室内容 基本的なヨガやストレッチポールを使って身体をほぐします♪男女問わず、どなたでも参加可能です！

1. 日程 毎週月曜日 14:00~15:00

①4/17 ②4/24 ③5/8 ④5/15 ⑤5/22 ⑥6/5

⑦6/12 ⑧6/19 ⑨6/26 ⑩7/3 (予備日7/10) 計10回

2. 場所 タピック県総ひやごんスタジアム記者室

3. 受講料 ¥5,000 (保険料込)

4. 定員 15名 (先着順)

5. 講師 比嘉 汐里 (ヨガインストラクター)

6. 受講手続き

**★受付・支払い期間 3月25日(土)~4月8日(土)★**

※電話にて受付後、総合案内センターにてお支払いをお願いします。

7. 持ってくるもの

☆ヨガマット ★飲み物

※ヨガマットレンタル有 (ただし、数に限りがございます)

- ・現在持病、あるいは通院されている方は、事前に医師の診断を受けてご参加ください。
- ・受講中の事故・怪我については速やかに講師、または管理事務所までご連絡ください。
- ・「イベント・教室参加者への注意事項」をよくお読みなり同意した上でお申し込みください。
- ・申込者が少数の場合、開講を取りやめる事があります。
- ・受講中、撮影を行います。広報活動等に使用しますので、撮影NGの方は参加をご遠慮下さい。

【お問い合わせ】

沖縄県総合運動公園 総合案内センター

☎ 098-932-5114 (9:00~17:00) **火曜休園**

